

50 NIKSIÄ HAASTAVASTI KÄYTTÄYTYVÄN NUOREN VARALLE

Artikkelissa esiteltävät niksit perustuvat Fred J. Hannan ynnä muiden artikkeliin vuodelta 1999, jossa he etsivät kirjallisuudesta keinoja muodostaa ja ylläpitää hyviä alliansseja nuoriin asiakkaisiin. Vinkkejä on mahdollisuus soveltaa niin yksilöllisessä kuin perhekeskeisessä työskentelyssä.

1. Tarjoa pikkupurtavaa. Tämä konsti on hyvä tunnelman vapauttaja. Nuoret yleensä pitävät napostelusta, ja näin he voivat tuntea olonsa mukavaksi. Varaa kulhollinen keksejä, makeisia, suolapaloja tms. ulottuville ja näkyville. Pikkupurtavan tarjoaminen saattaa irrottaa kielenkannat ja voi jopa luoda huolehtivan vaikutelman (Rubenstein 1996).

2. Vältä pöytiä. Pöydän takana (tai jopa sen lähellä) istuminen voi pönkittää virallisuuden mielikuvaa, missä viskaali kontrolloi, tuomaroit ja määräälee. Kun istutaan nokakkain ilman välissä olevaa suojamuuria, voi terapeutinkin näyttää ihmiseltä eikä vallanpitäjältä (Rubenstein 1996).

3. Pysyttele ajan tasalla nuorison mielimusiikin suhteen. Eihän se tietenkään täysin onnistu, koska makuja on rajattoman monia, mutta joskus syntyy spontaani terapeutin yhteys ihan vain sillä, että pystyy keskustelemaan joistain yhtyeistä tai artisteista. Terapeutin ei tarvitse pitää tai esittää pitävänsä puheena olevasta musiikista, eikä asiaa myöskään tarvitse jättää vain puheenaiheeksi: nuori voisi tuoda mielimusiikkiaan paikan päälle, yhdessä kuunneltavaksi. Tällöin onkin sitten hyvä tilaisuus kysellä, mikä tässä nyt niin erityisesti vetoaa. Onko musiikki raivokasta, seksististä, rauhallista, taiteellista? Hyviä keskustelun teemoja kaikki tyynni. Mutta älä missään nimessä ala moittia musiikkia tai sen sanomaa selostamalla, mikä siinä on mielestäsi ”väärin”.

4. Anna asiakkaan käyttää käsiään keskustelun aikana. Älä vaadi huomiota ja jatkuvaa katsekontaktia. Monilla uhmakkaan levottomilla nuorilla on hämmästyttävä kyky keskittyä samanaikaisesti sekä jutteluun (kuuntelemaan ja vastailemaan) että johonkin käsillä näpertelyyn. Kannattaa antaa hänelle esim. kynä ja lehti tai sitten jokin hypisteltävä stressilelu – tai vaikka muovailuvahaa. Kunpahan on käsille töitä samalla, kun mieli askartelee niiden varsinaisten pulmien parissa. On hyväksi, että näpeissä on jotain missä voi pitää silmiäänkin, sillä jatkuva katsekontakti ei aina ole mieluista – ja eräissä kulttuureissa se on suorastaan sopimatonta (Ivey 1994).

5. *Menkää joskus muualle* (Gendlin 1986). ”Leppoisa jutustelu” vastaanottohuoneessa on monen nuoren mielestä kuolettavan tylsää touhua. Joskus on hyvä käydä vähän kävelyllä: puistossa, koulun ympäristössä yms. saattaa intoutua kertomaan vapaasti asioistaan, ja myös esim. käräjätuvan eteisessä voi tulla mieleen hyviä juttuja. Mutta sikäli kuin lähdetään totunnaisten vastaanottotilan ulkopuolelle, on terapeutin huolehdittava valtuuksistaan: lupa moiseen on oltava vanhemmilta, koululta yms. vastaavalta taholta. Kaikinpuolisen luottamuksellisuuden kriteerit on muistettava täyttää myös – tai erityisesti – toimiston ulkopuolella.

6. *Ole mitä olet, älä esitä*. Orlinsky ym. (1994) totesivat alan kirjallisuuskatsauksessaan, että parasta on panna peliin itsensä sellaisenaan, sillä nuoria ei voi huiputtaa. Kaikenlaisen lässytyksen ja teeskentelyn he vainuavat hetkessä (Rubenstein 1996), ja vieläpä hämmästyttävän tarkasti nappiin osuen (Ohlsen 1970).

7. *Kunnioita kuin vertaistasi*. Asiakas on otettava tosissaan, vaikka tämä provokatiivisesti sylkisi päällesi. Jos niikseen tulee, niin joskus juuri semmoiset tilanteet voidaan kääntää eduksi. Kun riitatilanteessa pysyy rauhallisena mutta silti kyllin kovana, uhoava nuori ällistyy – ja muistelee sitä jäljestäpäinkin. Huomiota kättävää nuorta ei pidä yli- eikä aliarvioida. Ja jos vahingossa sortuu aliarviointiin, pitää reilusti pyytää anteeksi; nimittäin oikea anteeksipyyntö oikeasta (arviointi)virheestä herättää nuoren tajuamaan, että vastassa onkin tavallinen ihminen, joka ei kuvittele olevansa aina oikeassa.

8. *Huumorintaju on korvaamaton työkalu*. Nauramisen merkitystä nuorten parissa ei voida aliarvioida. Usein muutaman hekottelun välityksellä saadaan hämmästyttävän helposti käännettyä uhmakkuus terapeutiksi keskusteluksi. Nuoret arvostavat kepeää ilmapiiriä (Bernstein 1996), ja he luottavat ihmiseen, joka saa heidät nauramaan. Tästä seikasta huomautti jo ajat sitten myös Adler (1956).

9. *Naura itsellesi*. Nuoret suhtautuvat paremmin niihin, jotka osaavat nauraa virheilleen ja heikkouksilleen. Se tekee ihmisestä aidomman, erotukseksi niistä jäykistä ja mahtipontisista aikuisista, joiden vastustaminen on uhmakkaan nuoren elämäntehtävä. Ei siis pidä ottaa itseään liian vakavasti.

10. *Selvitä asiakkaalle neuvottelun merkitys.* Selitä, että asioista keskustellen tulee tyytyväisemmäksi ja suositummaksi ja ylipäänsä selviää elämässä helpommin. Vastaa kysymykseen: mitä-hyötyä-tästä-mukamulle-on? Ole konkreettinen. Pane asiakas kertomaan, miten hän haluaisi asioiden olevan, ja osoita sitten, että kuinka yhteistyöllä tuo haluttu tilanne voidaan helpommin saavuttaa. Tärkeää on myös tehdä selväksi, mitä muutos ja paremman voinnin saavuttaminen vaatii asiakkaalta (Garfield 1994, Hanna 1996a, Liddle 1995). Monilla nuorilla ei ole muutokseen tarvittavia konsteja, ja niinpä onkin mieluisa yllätys, jos huomaa että täältäähän niitä keinoja löytyy.

11. *Älä ole auktoriteetti.* Terapeuttinen suhde ei etene tai syvene niin kauan kuin terapeutti on auktoriteetin symboli eikä oikea ihminen. Älä epäröi sanoa, että yhteiskunta on omasta mielestäsikin hullu, kun nyt ajatellaan vaikkapa rasismia, seksismiä, materialismin ylivaltaa, laittomia huumeita tai homojen ja lesbojen sortamista. Kun terapeuttikin kiukuttelee yhteiskunnalle, voi nuori huomata, että meillähän on jotain yhteistä. On kuitenkin muistettava, että vastustamisen ja eri mieltä olemisen täytyy olla vastuuntuntoista toimintaa.

12. *Älä heittäydy ekspertiksi ennen kuin asiakkaan kanssa on vakaat välit.* Esitä kysymyksiä aidon epätietoisena, siis anna asiakkaan opettaa itseäsi (Biever ym. 1995). Jos nuorta lähestyy ”kyllä-nää-jutut-tiedetään”-asenteella, tekee terapeutti itsestään taas yhden auktoriteetin, joka vain huiputtaa, manipuloi, rauhoittelee ja lepyttää. Oikea tapa osoittaa, että tiedät mitä teet, on ujuttaa asiantuntemuksesi kysymyksiin – eikä siis ladella faktoja. Asian voi esittää esim. näin: ”Olen siinä käsityksessä, että monet jengiläiset eivät oikeastaan pidä tappelusta ja toivovat, ettei tarvitsisi aina olla nyrkit pystyssä. Mitä itse arvelet?” Jos heittäytyy liian viisaaksi ekspertiksi, niin sillä tempulla yleensä vain suututtaa asiakkaan ja sellaista on pidettävä terapeutin omana osaamattomuutena.

13. *Älä kehuskele ansioillasi.* Samoin kuin ei ole hyväksi esittää liian taitavaa, ei myöskään kannata pöyhistellä esim. tohtorintutkinnolla tai vuosien kokemuksella. Sekin vain lisää etäisyyttä ja jännitettä terapeutin ja asiakkaan välillä. Terapeutti on vaarassa sortua moiseen kukkoiluun saadakseen tilanteen hallintaansa, jos hän turhautuu tai vaipuu epätoivoon kun istunto tuntuu menevän päin mäntyä. Mutta se on tuhoon tuomittu konsti, sillä sen sijaan että saisi arvostusta, käykin päinvastoin: siinä menettää viimeisenkin arvovaltansa ja tekee itsestään naurettavan. Mutta jos asiakas puolestaan itse kysyy terapeutin koulutuksen perään, niin asiasta on tietenkin tehtävä selkoa – eikä se huono puheenaihe olekaan.

14. *Vältä kliinistä ajattelutapaa.* Kun pitää luoda toimiva suhde asiakkaaseen, on paras unohtaa kliiniset käsitteet ja kaavat ja keskittyä ”persoonaan”. Gendlinin (1992) mukaan persoona on ”se minä, joka katselee sinua silmien takaa” (s. 453). Tämä ”minä” – se todellinen persoona – voidaan hyväksyä sellaisenaan, vaikka pinnalla onkin negatiivisia ajatuksia ja käytöstapoja, joita pyritään muuttamaan. Monet nuoret tiedostavat tämän seikan itsekin ja suhtautuvat siihen hyvin.

15. *Korosta yhteisiä kokemuksia.* Ei ole harvinaista, että äkäinen nuori tiuskaisee terapeutille: ”Ymmärrän ja ymmärrän! Et sinä mitään ymmärrä, kun et ole kokenut samaa kuin minä.” Jos kuitenkin terapeutilla sattuu olemaan samantapaisia kokemuksia, niin siinä on avautumisen paikka. Jos taas samanlaisia kokemuksia ei tosiaankaan ole, voi realistisesti vastata esim. seuraavaan tapaan: ”Ehkä en ymmärrä täysin sinun kokemuksiasi, mutta joskus on minuakin ottanut raskaasti päähän, ja sinulla näkyy ottavan juuri nyt. Meillä on ehkä vain se ero, että samaan tilanteeseen on tultu eri syistä.”

16. *Ole ripeä.* Rubenstein (1996) muistutti, että nuoret haluavat tuloksia tuossa tuokiossa. ”Meillä on vain vähän aikaa, sillä heillä ei riitä kärsivällisyyttä” (s. 358). Jos suinkin mahdollista, kannattaa ikään kuin puristaa yhteen pakettiin useampia sessioita eikä havitella mitään pitkäaikaista lukujärjestystä. Tartu tärkeisiin asioihin aina heti, tässä ja nyt, sitä mukaa kuin niitä istunnon edetessä ilmenee.

17. *Tarjoo muitakin kuin verbaalisia mahdollisuuksia itsensä ilmaisemiseksi.* Monet nuoret innostuvat esim. piirtämisestä, maalaamisesta tai muovailusta. Kollaasien tekeminen on osoittautunut erityisen mielisiksi nuorten tyttöjen parissa. Tällöin asiakkaalle annetaan nivaska lehtiä ja pyydetään häntä poimimaan kuvia ja sanoja, jotka yhdessä jotenkin luonnehtivat sitä, kuka minä oikeastaan olen. Valinnat lyövät usein ällikällä, ja sekä asiakas että terapeutti havahtuvat monesti huomaamaan piileviä vahvuuksia ja lahjoja, jotka muuten eivät olisi tulleet ilmi. (Ks. Hammond ja Gantt 1998, missä selvitetään taideterapian käyttöön liittyviä eettisiä seikkoja niissä tapauksissa, kun terapeutti ei ole koulutukseltaan varsinaisesti taideterapeutti.)

18. *Käytä samankeskisten ympyröiden tekniikkaa.* Kun alkaa tuntua, että asiakas ei kerro kaikkea, voi käyttää samankeskisten ympyröiden tekniikkaa (Lazarus 1989). Sen tarkoitus on hahmotella kuvaa siitä,

kuinka paljon asiakas asioitaan salaa. Piirretään viisi sisäkkäistä ympyrää, jotka numeroidaan niin, että sisin on ykkönen ja uloin viitonen. Sisin ykköskehä on asiakkaan varsinainen, yksityinen minä tunteineen ja ajatuksineen, ja ulkokehä edustaa pinnallista, näkyvää ja vähemmän tärkeää olemusta. Nyt nuoren pitäisi sitten arvioida ja kertoa, mille kehälle hän päästää terapeutin. On nähty, että asiakkaat ovat tämän tekniikan parissa yllättävän tosissaan ja rehellisiä; ja terapeutti saa silloin arvokasta osviittaa oman lähestymistapansa kehittämiseksi ja lähemmän terapiasuhteen luomiseksi.

19. Älä keskity pelkästään asioiden ymmärtämiseen, jos asiakas ei ole ymmärtävää sorttia. Arkowitz (1989) huomautti, että monilla ihmisillä ymmärrys tulee vasta käytöksen muuttamisen jälkeen eikä päinvastoin. Nuoriin tämä näyttäisi pätevän erityisen hyvin. Joskus on siis syytä tähdä suoraan tapojen muutokseen ja vasta sitten pohtia, mitä tästä opimme.

20. Ihastelu vie joskus pohjan pois uhmalta. Ota lähtökohdaksi, että negatiivinen käytös on eksistentiaalinen valinta. Jos uhmakas nuori lyö kysymykseksi läskiksi älykkäällä tavalla, niin anna tunnustusta. Jos asiakas on äkäinen, ihastele hänen intensiivisyyttään. Jos hän on sietämättömän inha, ihastele hänen kykyään tartuttaa turhautuminen kaikkiin muihinkin. Jos hän on suorastaan pelottava, sano se ääneen. Kysy miten hänestä tuli noin hyvä omalla ”alallaan”, kuinka kauan se vei aikaa ja mitä tämä saavutus merkitsee. Yksikin tosi uhmakas nuori sanoi kerran terapeutilleen, että ”yritäkin puhua minulle, niin panen pääsi pyörälle”. Terapeutti vastasi rehellisesti, että ”se meni jo pyörälle – olet siis parempi kuin luuletkaan”. Suhde asiakkaaseen syntyi siinä paikassa.

21. Suhtaudu viinaan ja huumeisiin niin, että ne ovat pakopaikka tai yritys lievittää maailmantuskaa. Monet nuoret uhoilijat myöntävät tämän näkemyksen mukisematta. Se auttaa ymmärtämään aineiden viehätystä, ja sitä tietä voi ajatuksen johdatella siihen vaihtoehtoiseen suuntaan, että sama tarkoitus ja vaikutus on terapiallakin.

22. Keskity haavoihin, mieti vihaa vasta sitten. Fyysisesti isot, karskit, pelottavat pojanroikaleet ja räiskyvän vihaiset tytöt yleensä rauhoittuvat, kun otetaan puheeksi, missä määrin on tullut turpiin. Kun yksinkertaisesti kysyy, oletko paljonkin saanut haavoja elämässäsi, voi äkäisellä nuorella kertaheitolla muuttua ääni kellossa. Kun sitten kysyy, miten suuri osa vihaisuudestasi johtuu saaduista kolhuista, on tyyppillinen vastaus, että oma viha johtuu lähes pelkästään niistä. Voi myös kysyä, kuinka usein ajattelet niitä

tapauksia missä köniin on tullut, ja vastaus on että todella usein. Monet nuoret myös osaavat helposti vastata kysymykseen, jossa pyydetään prosenttimääräisesti arvioimaan sitä, kuinka suuren osan koko elämästä kattaa se sisällä kiehuva viha ja koetut loukkaukset. Jos arvio on yli 50 %, huomauta, että se on merkki siitä, ettei elämä ole kontrollissa ja että terapia voi auttaa pääsemään taas raiteille. Joillekin nuorille vihainen käytös on kuin taistelusta saatu kunniamitali, josta ollaan ylpeitä ja josta puhutaan mielellään ilman yritystäkään päästä siitä eroon. Haavoihin keskittyminen on tapa opetella toisenlainen suhtautuminen ko. asiaan.

23. Rohkaise vastustusta. Kuulostaa paradoksaaliselta, mutta joskus on hyvä sanoa esim. niin, että ”jos kerran tunteistasi puhuminen on sinulle vastenmielistä, niin enpä halua asiasta kuullakaan” tai ”jos vaikeneminen on sinulle tärkeää, niin pidä kiinni linjastasi ja katso miltä se tuntuu”. Tietysti olisi yleensä hyväksi, jos terapeutti itse uskoisi omia puheitaan, mutta siltikin tämä paradoksitekniikka on osoittautunut tehokkaaksi (Orlinsky ym. 1994). Vastustusta ei siis nähdä uhmaamiseksi, vaan vain päätökseksi, jota voidaan aikanaan muuttaakin.

24. Kaiva esiin positiivinen persoonallisuus. Kun asiakas on kerta kaikkiaan sitä mieltä, että koko terapia on silkkää skeidaa eikä kiinnosta tippaakaan, niin tämä asenne on hyvä puheenaihe sinänsä. Voi kysyä vaikkapa: ”Eikös nyt sentään jokin pieni osanen sinussa ole hiukan huolissaan siitä, mitä sinulle tapahtuu?” Tai: ”Olisiko siellä sisällä jokin pieni ääni, joka kehottaisi puhumaan vaikeista ajoista ja koetuista vastoinkäymisistä?” Vastaus on yleensä varovaisen myöntävä, ja siihen sopiikin kysyä jatkoksi: ”Minkä kokoinen osa koko asenteestasi on se palanen, joka on huolissaan asioistasi?” Kun tämä osuus saadaan jotenkin arvioitua ja nostettua tapetille, voi terapeutti keskittyä suoraan siihen. Tämä hedelmällinen lähestymistapa on peruja vanhoilta klassikoilta (kuten Jung 1934/1969, Assagioli 1965 ja James 1890/1981), ja nyttemmin siihen törmää esim. seuraavissa lähteissä: Rowan 1990, Puhakka ja Hanna 1988 sekä Schwartz 1995.

25. Tee selväksi soveliaan käytöksen rajat istuntotilanteessa. Toimivan yhteistyön perusasioihin kuuluu se, että löydetään tasapaino sen suhteen, mitä hyväksytään ja mitä ei. Heti alkuun on tehtävä selväksi, mikä on politiikka sellaisten asioiden suhteen kuten fyysinen kontakti, tupakointi session aikana ja kännissä tai pilvessä vastaanotolle tuleminen.

26. Tee erityisen selväksi tämä: väkivaltaisuus tai sen uhka ei ole ikinä hyväksyttävää. Harvinaistahan väkivalta terapiavastaanotolla onkin, mutta satunnaisesti näitäkin tilanteita ilmenee. Fyysinen turvallisuus on prioriteetti, joka menee kaiken yleisesti hyväksyvän asenteen ohi. Myös asiakkaalle on tehtävä selväksi, että jos tästä periaatteesta lipsutaan, niin seuraukset katsotaan lakikirjasta eli käräjät käydään ja häkki voi heilahtaa. Jos esiintyy piileviä uhkauksia, ne on heti tutkittava ja käsiteltävä perinpohjaisesti ja kaikella vakavuudella.

27. Vältä valtakamppailua. Minkäänlainen kädenvääntö ei juuri koskaan ole terapeutista. Jos heittäytyy kurinpitäjäksi tms. auktoriteetiksi, terapeutin tehokkuus romahtaa. Empaattisuus on avainsana. Jos asiakas alkaa harrastaa jonkinlaista valtapeliä, ole valpas ja tunnista pelin henki niin, että voit ikään kuin olla askelen edellä: näin voit ohjailta keskustelua terveille raiteille. Kärsivällisyyttä siinä tarvitaan. Ryhmätilanteessa kannattaa joskus nostaa esiin se, miten kukkoileva nuori vaikuttaa muuhun porukkaan. Tätä seikkaa käsiteltäessä tällainen nuori saattaa innostua auttamaan terapeuttia ikään kuin joukon ”apulaisjohtajan” ominaisuudessa.

28. Älä vaadi verbaalista luottamuksen osoitusta. Uhmakkaan nuoren puheet pitää yleensä hyväksyä ja ottaa tosissaan riippumatta siitä, miten loukkaavaa tai vulgaaria tavaraa sieltä tulee. Asiakkaan luottamus pitää ansaita, ja jos terapeutti onnistuu tekemään työnsä kunnollisesti, luottamus kyllä tulee luontojaan. Mutta jos erehtyy jotenkin vaatimaan kunnioitusta samalla kun opettaa asiakasta suhtautumaan pitkämielisesti siihen epäluottamukseen, jota tämä itse muiden puolelta saa kokea, mennäänkin jo tekopyhyiden puolelle. Jos asiakas halveeraa avoimesti terapeuttia, on asia syytä ottaa reilusti puheeksi sanomalla esim. että ”taidat olla tosissasi vihainen” tai ”enhän minä ole tehnyt sinulle mitään pahaa, joten ihmettelenpä, että kenelle sinä nyt oikeastaan rähjää?” Useinkin vastaukseksi tulee että isälle tai äidille, ja seuraapa joskus anteeksipyyntökin.

29. Hyväksy räiskyvä vihamielisyys aidoksi osaksi asiakkaan elämännäkemystä. Nuori huomaa heti, jos terapeutti kaihtaa tai inhoaa väkivaltaisuutta ja siitä puhumista, ja se ei ole hyvä ennuste terapeutin suhteen kehitykselle. On selvästi havaittu, että nuoret itse ovat loppujen lopuksi ihmeissään omasta ongelmallisesta käytöksestään, vaikka päälle päin siitä saatetaan olla jopa ylpeitä. Terapeutin on pidettävä itselleen tiliä siitä, mikä on oma aito suhtautuminen asiaan. Jos asiakas onnistuu suuttuttamaan terapeutin, on terapeutin älyttävä vetäytyä koko tilanteesta, ettei mene oman harmin hautomiseksi. Jos niin pääsee käymään, terapeutin itsensä on syytä hakea apua itselleen työnohjauksesta.

30. *Anna arvoa asiakkaan huomiokyvylle.* Miller (1986) huomautti, että nuoret ovat yleensä hyvin tarkkanäköistä porukkaa. Useinkin he tuntevat, ettei heillä ole yhteiskunnassa mitään sanansijaa omien asioidensa suhteen. Heidän käsityksensä ja huomionsa ympäröivistä aikuisista (kuten opettajista, vanhemmista, papeista tai terapeuteista) ovat monesti erittäin selkeitä. On tärkeää hyväksyä ja tarkastella näitä käsityksiä. Ne eivät aina ole ihan oikeita, koska niitä värittää katkeruus koetuista vastoinkäymisistä, mutta siltikin niissä näkemyksissä on paljon tosipohjaa, jonka voi hienosäätää arvokkaaksi elämäntaidoksi. Mutta tietenkään tämä ei onnistu niissä tapauksissa, kun nuori tahallaan esittää harhaanjohtavia tai manipuloivia käsityksiä.

31. *Hyödynnä transferenssi-ilmiötä.* Joskus terapeutti saa pettyä pahastikin, kun tuntuu että hyvää edistystä on istunnoissa saatu aikaan – ja sitten yhtäkkiä jossain tapaamisessa asiakas heittäytyykin aivan rähinälinjoille ja haukkuu pataluhaksi niin terapeutin persoonan kuin tämän ammattitaidonkin. Sellaisissa tapauksissa asiakas saattaa tiedostamattaan testata sitä, onko terapeutti vielä tosissaan pelissä mukana vai heittääkö leikin sikseen samalla tavoin kuin ehkä muut holhoavat tahot ovat tehneet. Tähän tulikokeeseen pannaan yleensä jokin auktoriteetti, varsinkin sellainen jota itse asiassa arvostetaan (Fischer 1991). Se siis ei ensinkään ole merkki siitä, että peli olisi menetetty; pikemminkin se on merkki suhteen syvenemisestä. Terapeutin kannattaa varautua tähän etukäteen. Ei siis pidä loukkaantua, vaikka mieli tekisikin, vaan mieluummin vaikkapa kysyä jotain tällaista: ”Tällä laillako sinä aina joskus puhelet vanhemmillesikin?” Vastaus on usein selvä ja simppele: kyllä.

32. *Suhtaudu shokeerausyrityksiin tyynesti ja välittömästi.* Monesti nuoret yrittävät tahallaan shokeerata puheillaan, koska se on tehokas keino manipuloida ja kontrolloida aikuisia. Se voi myös olla selviytymiskeino ongelmallisissa perhetilanteissa. On monia tapoja käsitellä näitä shokeerauskommentteja, mutta ehkä on parasta tarttua niihin välittömästi ja tarkastella niitä hiukan eri näkökulmasta. Asiakas saattaa sanoa terapeutille esimerkiksi jotain tällaista: ”Vai on sinulla kissa? Olisipa hauska heittää sen päälle bensaa ja tuikata tuleen.” Ei pidä tyrmistyä, vaan mieluummin esittää esim. seuraavantainen kommentti: ”Ahaa, vai niin. Sillä konstillako ymmärtäisit paremmin omaa sisäistä tuskaasi?” Asiakas voi myös esittää sellaisen perusnäkemys, että ”vihaan kaikkia ja kaikkea”. Siihen voi vastata vaikkapa tähän tyyliin: ”Joskus vihaaminen on yritys oman olon kohentamiseksi. Onko sinunkin kohdallasi näin?” Se, että tuollaisiin kommentteihin voi heti vastata nasevasti ja uusista näkökulmista, vaatii harjaannusta – mutta keino voi olla erittäin tehokas: joskus asiakkaat muistelevat näitä sananvaihtoja viikkojenkin päästä.

33. *Älä peittele epätietoisuuttasi.* Pitäisi pysytellä ajan tasalla nuorikulttuurin suhteen, ja kun huomaa pudonneensa kelkasta, on asioista otettava selvää. Nuorilta asiakkailtaan terapeutti voi oppia paljon. Pitää vain reilusti tunnustaa tietämättömyytensä ja kysyä suoraan, mitä vaikkapa jokin itselle vieras nuorison muoti-ilmaus tarkoittaa.

34. *Varaudu siihen, että nuori on kriisitilanteessa* (Liddle 1995). On jokseenkin tavallista, että juuri kun nuoren asiakkaan kanssa päästään edistymisen makuun, hänet erotetaan koulusta, hänet pidätetään tai ehkäpä hän karkaa kotoaan. Positiivisen muutoksen kehittyminen saattaa useinkin säikäyttää. Terapeutin olisi osattava nähdä kriisitilanne osana terapeutista prosessia.

35. *Kerro muista samassa jamassa olevista nuorista ja heidän muutoskehityksestään.* Narratiivinen lähestymistapa on saavuttanut melkoista suosiota (Howard 1991, Zimmerman ja Dickerson 1996). Lähestymistapa voi auttaa luomaan terapeutin muutoksen tarvitsemää toivoa (Hanne 1991, 1996a). Kertomukset kohtalotovereista antavat pohjaa oman tilanteen käsittelyyn ja siitä irtautumiseen. Eikä ole pahitteeksi, vaikka jonkun pidemmälle ehtineen kohtalotoverin saisi järjestettyä paikan päälle kertomaan itse omaa selviämistarinaansa.

36. *Kerro asiakkaalle, miten paljon olet itse tältä oppinut.* Ja kerro se niin yksityiskohtaisesti kuin suinkin. Loppujen lopuksihan terapeutisessa prosessissa ohjaajan tulisi pyrkiä oppimaan ja kehittymään yhtä mukaa asiakkaansa kanssa (Howard 1989). Nuorten parissa näin käykin, sillä he edustavat keskeistä, vaikeaa ja opettavaista elämäntilannetta, jollaisiin vielä aikuisetkin joutuvat vaikka kuvittelevatkin olevansa elämässään jo selvillä vesillä. On parhaimmillaan riemastuttavan hätkähdyttävä kokemus tajuta, että on juuri oppinut jotain nuorisolta.

37. *Muista oma nuoruutesi.* Winnicot (John Church 1994 viittaa) huomautti, että aikuisten vaikeus suhtautua nuoriin pohjaa usein omiin nuoruusaikana keskeneräisiksi jääneisiin seikkoihin. Niinpä kannattaa muistella nuoruuden vapaudenkaipuuta, elämäniloa ja kaikenlaista uuden oppimisen riemua ja hauskuutta. Nuoret yleensä vähän sulavat huomattaessaan, että tuo aikuinen ei olekaan jämähtänyt steriiliksi robotiksi; jopa masennuksesta kärsivät nuoret saattavat piristyä, kun terapeutti osoittaa olleensa jokunen nuori itsekin.

38. *Tee vaihtokauppa toisen terapeutin kanssa, jos siten löytyisi paremmat kemiat.* Kaikkia ei voi miellyttää, ja jotkut asiakkaat löytävät yhteisen sävelen paremmin jonkun toisen terapeutin hoteissa – ja sama on tilanne siellä toisellakin vastaanotolla, joten asiakkailla voi ja kannattaa käydä vaihtokauppaa. Henkilökemiat voivat tyssätä maailmankatsomuksellisiin seikkoihin tai melkeinpä mihin hyvänsä (Lyddon 1989), ja jos toisen terapeutin kanssa sujuisi paremmin, niin siitä vain, sillä asiakkaan etua on aina ensiksi ajateltava.

39. *Täsmäiskut ovat parempia kuin asemasota.* Uhmakkaan nuoren kärsivällisyys ei riitä pitkäpiimäisten selitysten kuunteluun, vaikka ne olisivat kuinka hyviä ja perusteltuja. Niinpä kannattaa ladata muutama sanaan mahdollisimman paljon asiaa. Ei siis hyödytä leperrellä pitkästi siitä, miten tärkeää on käsitellä ja tunnistaa omia tunteitaan, vaan parempi on esim. esittää väite: ”Jos ei tunne mitään, on ilmeisesti kuollut. Vai mitä tuumit?” Tällainen on tietysti liioiteltua yksinkertaistamista, mutta monestikin se johtaa hedelmälliseen ja vähän hienovaraisempaan keskusteluun asioista yleensä.

40. *Älä avaudu liiaksi, pysy nahoissasi.* Se, että terapeutti panee itsensä peliin ja paljastaa omia kokemuksiaan, on jossain tapauksissa ihan hyvä konsti (Bandura 1977). Mutta on tärkeää pysytellä tutuilla vesillä, ts. asioissa joiden suhteen tilit ovat selvät. Jos terapeutti innostuksissaan hairahtuu availemaan sellaisia henkilökohtaisia asioita, joiden osalta omakin pohdinta on vielä kesken, niin asiakas joutuu hämmentävään tilanteeseen jossa hän jää tavallaan ulkopuoliseksi. Ja selväähän on, ettei terapeutin kannata paljastaa itsestään mitään sellaista, mitä ei halua jatkossa kuulla toisten suusta kuulopuheena (Bernstein 1996).

41. *Älä sekoita hoivaviettiä ja empaattisuutta.* Empaattisuus ja huolenpito eivät ole sama asia. Isä on ehkä hyvin huolehtivainen 16-vuotiaasta tyttärestään, mutta jahka tämä kertoo ensimmäisistä seksikokemuksistaan, voi empaattisuuden kanssa olla niin ja näin. Samaten terapeutti, joka eläytyy syvästi nuoren kokemiin tragedioihin, voikin äkkiä löytää itsensä protestimielen, sympatian, suojelunhalun ja tuomitsevan oikeuskäsityksen keskeltä. Jos moiset tunteet saavat vallan, ei enää voi tarkastella tilannetta asiakkaan perspektiivistä, siis empaattisesti. Terapeuttinen prosessi tyrehtyy siihen paikkaan, ellei ohjaaja itse ole varuillaan.

42. *Koosta terapeutin kaveripiiri aina kun suinkin mahdollista.* Jos lapset oppivat pitämään huolta toisistaan, on saavutettu niin mahtava terapeutin voima, että ohjaajan ei tarvitse muuta kuin katsella sivusta ja vähän ohjailla. Sosiaaliset taidot ja epäitsekkyys voidaan oppia kavereilta paljon paremmin kuin terapeutilta, vaikka hänkin olisi hyvä tyyppi.

43. *Ota huomioon porukan merkitys jenginuorille.* Katujengi on monella tapaa sama asia kuin ryhmäterapian porukka, sillä samankaltaisia yhteisyyden kokemuksia niissäkin haetaan ja saadaan. Eräskin jengiläinen selosti kuinka paljon hän arvostaa porukan pomoa, ”jonka kanssa tuli kännätyksi viikko sitten”. Johtaja oli selostanut, että hän on aina tarvittaessa tukena, ja muu sakki oli taustalla vakuutellut että näin on, pitää paikkansa. Liikuttuneena porukan pomo oli sitten heittänyt uutta kaveriaan tyhjällä kaljapullolla päähän niin että nahka aukesi, ja samalla hän oli toittanut että rakastaa tätä kaveria kuin omaa pikkuveljeään ja että ollaan ikuisia ystäviä. Kuulostaa hullulta, mutta niin vain on, että tuo vinoutunut ”hellyydenosoitus” merkitsi mainitulle asiakkaalle paljon, sillä se oli oikeasti ryhmään kuulumisen osoitus.

44. *Älä kaihda isoja eksistentiaalisia perusasioita kuten kuolemaa, yksinäisyyttä, kaiken turhuutta tai vapautta* (ks. Yalom 1980). Moni nuori painiskelee tosissaan niiden asioiden kanssa. On esimerkkejä nuorista, joiden perhe tai kaverit ovat kuolleet mielettömän väkivallan seurauksena, ja niitä, jotka ovat erakoituneet kun heitä on pidetty jotenkin omituisina. Terapiassa tämänkaltaisiin asioihin yleensä tartutaan tosissaan, joten sikäli ne ovat satoisia puheenaiheita.

45. *Tunnista uhrin asema.* Kun vaikkapa joku vaimo valittaa nyrkkejä heiluttavasta miehestään tai kun alainen sättii sydämetöntä pomoaan, on terapeutin helppo tunnistaa uhri ja kiusaaja. Uhrin asemassa olevien nuorten on saatava sama kohtelu, vaikka taustalla oleva syyppä ei olekaan aina yhtä ilmeinen kuin em. tapauksissa. Joskus se simputtaja tms. kiusaaja, jonka puolelta on koettu jonkinmoista ”epistä”, voi löytyä terapeutin toimistosta, opettajakunnasta, omista vanhemmista jne. Joku auktoriteetti se kuitenkin yleensä on. Tällöin asiat on nostettava selkeästi pöydälle, ja niistä on puhuttava niiden oikeilla nimillään. Terapeutin pitää varoa ottamasta sitä asennetta, että hänenkin mielestään nuo auktoriteetit ovat ihan mänttejä (ks. Sommers-Flanagan 1995). Nimittäin sillä konstilla kylläkin voi hetkellisesti päästä asiakkaan hyväksi kaveriksi, mutta hyvä terapeutti muistaa ajatella pidemmälle: vielä tulee päivä, jolloin (toistaiseksi) nuorella onkin asiallista asiaa näille ns. mänteille, ja silloin on hyväksi, ettei siltoja ole tyystin poltettu.

46. *Tunnista rasismi ja sukupuolisyrittä.* Edellisen kohdan kanssa samantapaisia tilanteita syntyy myös silloin, kun nuori asiakas on jonkin rodullisen tai seksuaalisen vähemmistön jäsen. Erityisesti tämä on otettava huomioon silloin, kun asiakas on saanut huonoa kohtelua rasisiselta, seksistiseltä tai homofobiselta opettajalta, ehdonalaisvalvojalta, isä- tai äitipuolelta tms. Nämä seikat pitää tunnistaa ja ottaa puheeksi reilusti ja huolellisesti. Empaattista suhdetta vähemmistöasiakkaaseen ei synny ennen kuin tällaiset asiat käsitellään ja ymmärretään perin pohjin.

47. *Älä aliarvioi nuorison seksuaalista latausta.* Monen nuoren sisällä riehuu melkoinen seksuaalisuus. Naispuolisen terapeutin on hyvä muistaa, että halaukset tms. koskettamiset saattavat tuntua monista pojista hyvin eroottisilta, vaikka terapeutti itse tarkoittaisikin ne vain huolehtiviksi eleiksi (Bernstein 1996). Miesterapeutit puolestaan saavat olla tarkkana tyttöasiakkaiden kanssa, sillä joskus nämä esim. provosoivalla pukeutumisellaan hakevat arvostusta ja hyväksyntää omalle seksuaaliselle identiteetilleen. Näitä tapauksia ei pidä ohittaa (Bernstein 1996). Parasta on ottaa asia puheeksi yksinkertaisesti, rehellisesti ja kiihkottomasti. Toimiva lähestymistapa esim. keimailevaan pukeutumiseen on pyytää asiakasta tarkkailemaan, miten erilaiset asuvalinnat vaikuttavat muiden ihmisten suhtautumiseen: onko vaatteella merkitystä vaikkapa siihen, miten tosissaan hänet kulloinkin otetaan.

48. *Jos asiakas hakee huomiota, anna sitä.* Joskus ammattilasetkin suhtautuvat erinäisiin käytöstapoihin niin, että siinä nyt vain haetaan huomiota – ja kehottavat olemaan piittaamatta koko asiasta. Huomionkipeys on ihmisen perustarpeita; miksi se pitäisi kieltää juuri niiltä, joiden ongelmat johtuvat osin siitä, ettei huomiota yleensäkin saa tarpeeksi? Sano asiakkaalle suoraan: ”Nyt saat kaiken huomioni. Mitä haluaisit tällä huomiolla tehdä?” Ryhmissä voidaan erityisen huomionkipeää asiakasta palvella niin, että pannaan tämä istumaan joukon keskelle. Jälkeenpäin hän voi oppia hankkimaan huomiota vain soveliaissa tilanteissa.

49. *Opettele luontevan vastaanpanemisen taito.* Uhmakkaiden tai suorastaan aggressiivisten nuorten parissa on osattava myös panna hanttiin (Bernstein 1996, Church 1994). Tee se ystävällisesti ja empaattisesti, höystä huumorilla ja huolenpidolla – ja esitä vastustukesi rehellisesti ja aidosti. Tällainen käytös toimii silloin, jos kerran jonkinasteinen yhteenotto osoittautuu välttämättömäksi. Kun vastustus sopii terapeutin käytökseen luontevasti, asiakas ei sen kummemmin hämmästele sitä, vaan pitää sitä osana normaalia terapiakeskustelua.

50. *Varo apaattisuutta*. Apaattisuus on uhmakkaan nuoren tärkeimpiä puolustuslinnakkeita: on miellyttävämpää heittäytyä apatian suojiin kuin esim. pohtia tekojensa seurauksia ja vastuuta tai käsitellä jotain tuskallista kokemusta. Tämä ilmenee sellaisina lausahduksina kuin ”samantekevää” ja ”vitunko väliä sillä on”. Ota apatia puheeksi siinä valossa, että se on vain yritys vältellä vaikeita asioita. Välinpitämättömyyteen voi suhtautua myös siihen tapaan, että ”jospa sittenkin välität kaikesta mutta et vain ota pulttia mistään”. Monet nuoret reagoivat tällaiseen lähestymiseen, vaikkakaan eivät aina ihan saman tien.

Lähteet

Adler, A. (1956) , *The individual psychology of Allied Adler* (H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher: Eds.). New York: Harper & Row.

American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th e(l.))*. Washington, DC: Author.

Arkowitz, H. (1989). From behavior change to insight *Journal of Eclectic and Integrative Psychotherapy of*, 222-232.

Assagioli, R. (1965) . *Psychosynthesis. A manual of principles and techniques*. New York: Penguin.

Bandura, A. (1977). *A social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall

Bernstein, N. (1996). *Treating the unmanageable adolescent; A guide to oppositional defiant and conduct disorders*. Northvale, NJ: Aronson.

Biever, J. L., McKenzie, K., Wales-North, M , & González, R. C. (1995). *Stories and solutions in psychotherapy with adolescents*. *Adolescence*, 30, 491-499.

Cashdan, S. (1988) . *Object relations therapy: Using the relationship*. New York: Norton.

Church, E. (1994) *The role of autonomy in adolescent psychotherapy*. *Psychotherapy* 31, 101- 108.

Drozd, J. F., & Goldfried, M. R. (1996). A critical evaluation of the state-of-the-art in psychotherapy outcome research. *Psychotherapy* 33, 171-180.

Fischer H. J (1991). *The science of psychotherapy*. New York: hemisphere

Garfield, S. L (1994). *Research on client variables in psychotherapy* In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.) *Handbook of psychotherapy and behavior change (4th ed., pp. 190-228)*. New York. Wiley.

- Gendlin, E. (1986). What comes after traditional psychotherapy research? *American Psychologist*, 41, 131-135
- Gendlin, E. (1992). Celebrations and problems of humanistic psychology. *The Humanistic Psychologist*, 20(2-3), 447-460.
- Gil, E (1996). *Treating abused adolescents*, New York. Guilford Press.
- Ginter E J., & Bonney, W (1993). Freud, ESP, and Interpersonal relationships: Projective identification and the Möbius Interaction. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 150-169.
- Goldfried, M. R., Greenberg, L S., & Marmar, C. (1990) Individual psychotherapy: Process and outcome. *Annual Review of Psychology* 41, 659-688.
- Hammond L. C., & Gantt, L. (1998) Using art in counseling. Ethical considerations. *Journal of Counseling & Development*, 76, 271-276.
- Hanna, F. J. (1991). Suicide and hope The common ground. *Journal of Mental Health Counseling*, 13, 459-472
- Hanna, F J (1994) A dialectic of experience. A radical empiricist approach to conflicting theories in psychotherapy *Psychotherapy* 31, 124-136
- Hanna, F J (1996a) Precursors of change¹ Pivotal points of involvement and resistance in psychotherapy. *Journal of psychotherapy Integration*. 6, 227-264.
- Hanna, F. J (1996b). Resistance gratification, and the Joy of counseling. *Journal of Humanistic education and Development*, 34, 207-208
- Hanna, F. J , Bemak, F , & Chung, R. C (1999) Wisdom, culture, and context: Toward a new paradigm for multicultural counseling. *Journal of Counseling & Development*, 77, 125- 134
- Hanna, F J., & Ottens, A J (1995). The role of wisdom in psycho- therapy *Journal of psychotherapy Integration*, 5, 195-219
- Heidegger, M. (1962). *Being and time* (J. Macquarrie & E Robinson, Trans.) New York Harper and Row. (Original work published 1927)
- Hibbard, R. A., Ingersoll, G. M , & Orr, D. P. (1990). Behavioral risk, emotional risk, and child abuse among adolescents in a nonclinical setting. *Pediatrics*, 86, 896-901.
- Howard, G. S (1989). *A tale of two narratives. Excursions into a narrative approach to psychology* Notre Dame, IN: Academic Publications.
- Howard, G. S. (1991). Culture tales; A narrative approach to thinking, cross-cultural psychology, and psychotherapy *American Psychologist*, 46, 187-197.
- Ivey, A. E (1994). *Interactional interviewing and counseling. Facilitating client development in a multicultural society* Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.

James, W (1981). *The principles of psychology*, Cambridge, MA, Harvard University Press. (Original work published 1890)

Jung, C. G. (1969) . *The structure and dynamics of the psyche*, (Vol 8 . *Collected Works*; C, Rothgeb & S. Clemens, Trans). Princeton. NJ :Princeton. (Original work published 1934)

Kazdun, A. E. (1994). *Psychotherapy for children and adolescents* In A. E. Bergin & S. L . Garfield (Eds.) . *Handbook of psychotherapy and behavior change* (4 th ed., pp. 543-594) . New York Wiley.

Lazarus, A. A. (1989). *The practice of multimodal therapy* Baltimore. Johns Hopkins Press

Liddle, H A. (1995) *Conceptual and clinical dimensions of a multidimensional , multisystems engagement strategy in family-based adolescent treatment* *Psychotherapy* 32, 39-58

Luborsky, L, Crits- Christoph, P., Mintz, J., & Auerbach, A. (1988). *Who will benefit from psychotherapy Predicting therapeutic outcomes* New York: Basic Books.

Lyddon, W. J (1989). *Personal epistemology and preference for counseling*. *Journal of Counseling Psychology* 36, 423-429

Miller, J. B. (1986). *Toward a new psychology of women* Boston. Beacon.

Mordock J. B. (1991) . *Counseling the defiant child: A basic guide to helping troubled and aggressive youth*. New York Crossroad Publishing

Norcross, J. C., & Goldfried, M R. (Eds.) (1992). *Handbook of psychotherapy integration*. New York. Basic Books.

Ohlsen, M. M. (1970), *Group counseling*. NewYork Holt, Rinehart, & Winston.

Orlinsky, D. E , Grawe, K , & Parks, B K (1994). *Process and outcome in psychotherapy Noch einmal* In A. E. Bergin, & S. L Garfield (Eds), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (4th ed , pp 270- 376) . New York Wiley.

Puhakka, K., & Hanna, F J. (1988). *Opening the pod' A therapeutic application of Husserl's phenomenology*, *Psychotherapy* 25, 582-592

Roberts, A. R. (Ed.) (1996). *Crisis management and brief treatment: Theory technique, and applications* Chicago: Nelson-Hall.

Rowan, J. (1990). *Subpersonalities' The people inside us* London, Routledge.

Rubenstein, A (1996). *Interventions for a scattered generation. Treating adolescents in the nineties*. *Psychotherapy* 33, 353-360.

Rubenstein, A., & Zager, K (1995) *Training in adolescent treatment. Where is psychology' Psychotherapy* 32, 2-6

- Sartre, J. (1953) *Being and nothingness* (H. Barnes, trans.) New York: Washington Square Press.
- Schorr, L. (1997). *Common purpose' Strengthening families and neighbor- hoods to rebuild America*. New York Doubleday
- Schwartz, R. C. (1995) *Internal family systems therapy*. New York. Guilford.
- Sexton, T. L , & Whiston, S. C (1994). The status of the counseling relationship. An empirical review, theoretical implications, and research directions. *The Counseling Psychologist*, 22, 6-78.
- Sherwood, V R. (1990) The first stage of treatment with the conduct disordered adolescent: Overcoming narcissistic resistance. *Psycho- therapy* 27, 380-387.
- Sommers-Flanagan, J, & Sommers-Flanagan, R. (1995). Psychotherapeutic techniques with treatment-resistant adolescents *Psychotherapy* 32, 131-140
- Sternberg, R. J. (1990). Wisdom and its relations to intelligence and creativity. In R. J. Sternberg (Ed.), *Wisdom: Its nature origins and development* (pp. 142-159). New York. Cambridge University Press.
- Strean, H. S. (1993). *Resolving counterresistances in psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel
- Tate, D. C., Reppucci, N. D., & Mulvey, E. P. (1995). Violent juvenile delinquents: Treatment effectiveness and implications for future action. *American Psychologist*, 50, 777-781
- Trepper T. (1991), Senior editor's comments. In M. Worden, *Adolescents and their families: An introduction to assessment and intervention* (pp. ix-x) New York Haworth Press.
- Van Kaam, A. (1966). *Existential foundations of psychology* Pittsburgh, PA: Duquesne University Press
- Van Wagoner, S L., Gelso, C. L., Hayes, J. A., & Diemer R. A. (1991). Countertransference and the reputedly excellent therapist. *Psycho- therapy* 28, 411-421 .
- Weiss P (1958). Common sense and beyond. In S. Hook (Ed.), *Determinism and freedom: In the age of modern science* (pp. 231-236). New York: Collier Books.
- Whipple, E. E. (1991). The role of parental stress in physically abusive families *Child Abuse & Neglect*, 15, 279-291 .
- Yalom, I. D. (1980) *Existential psychotherapy* New York: Basic Books
- Yalom, I. D (1995). *Theory and practice of group psychotherapy* (4th ed.). New York: Basic Books
- Zimmerman, J , & Dickerson, V (1996). *If problems talked' Adventures in narrative therapy* New York: Guilford Press.

